

Bueno en lo alto, Malo de cerca

El ozono y su salud

Datos acerca del ozono

- ▶ El ozono es un gas que se encuentra en la atmósfera superior de la tierra y también a nivel de suelo. El ozono puede ser o bueno o malo.
- ▶ El ozono “bueno” se encuentra en la atmósfera superior de la tierra, de 10 a 30 millas por encima de la superficie de la tierra. Protege a la tierra de la radiación ultravioleta.
- ▶ El ozono “malo” se encuentra a nivel de suelo. Se forma cuando la contaminación hecha por carros, centrales eléctricas, fábricas de productos químicos y otras fuentes reacciona con el calor y la luz solar.
- ▶ **Aun dosis pequeñas de ozono pueden:**
 - Causar problemas pulmonares serios
 - Agravar el asma (i.e. incrementar el uso de medicina para el asma, aumentar la tos, sibilancia, etc.)
 - Dificultar la respiración incluso para adultos sanos
 - Causar inflamación (irritación) de los tejidos pulmonares, y
 - Aumentar la sensibilidad a enfermedades como bronquitis y pulmonía.
- ▶ El ozono es un motivo de preocupación del 1° de abril al 30 de septiembre.

Lo que se puede hacer

- ▶ **Formas para proteger la salud contra la contaminación por ozono:**
 - Vea el pronóstico diario de ozono en la televisión.
 - Haga actividades al aire libre muy temprano en la mañana o después de las 6 de la tarde.
 - En los días cuando el ozono sea malo, preste atención a cualquier problema respiratorio o pulmonar que tenga.
 - Cuando sea posible, viaje compartiendo el auto con otras personas o trabaje desde casa.
 - Mantenga en buen estado el vehículo.

Índice de calidad del aire

El índice de calidad del aire (Air Quality Index, o AQI por sus siglas en inglés) describe los niveles de ozono y la contaminación atmosférica. Un índice alto significa que el aire es insalubre.

ÍNDICE DE CALIDAD DEL AIRE		
Valores del índice	Descripción	Medidas de precaución
0 - 50	Bueno	Ninguna
51 - 100	Moderado	Las personas que son extremadamente sensibles deberían pensar en limitar los esfuerzos prolongados al aire libre.
101 - 150	Insalubre para grupos sensibles	Los niños y adultos activos, y personas con enfermedades respiratorias tales como el asma, deberían limitar los esfuerzos prolongados al aire libre.
151 - 200	Insalubre	Los niños y adultos activos, y personas con enfermedades respiratorias tales como el asma, deberían evitar los prolongados al aire libre; los demás, sobre todo los niños, deberían limitar los esfuerzos prolongados al aire libre.
201 - 300	Muy insalubre	Los niños y adultos activos, y personas con enfermedades respiratorias tales como el asma, deberían evitar todo esfuerzo al aire libre; todos los demás, sobre todo los niños, deberían limitar los esfuerzos al aire libre.



PRONÓSTICO DE OZONO

Se puede encontrar el AQI en los periódicos locales, en la televisión, y en la página web de DHEC a www.scdhec.gov/ozone.

Para el pronóstico diario de ozono:

- ▶ Visite www.scdhec.gov/ozone
- ▶ Vea el pronóstico del tiempo en la televisión local.
- ▶ Llame al 1-866-238-4973, ó 898-4094 en la zona de Columbia.



Departamento de Salud y Control Ambiental de Carolina del Sur

www.scdhec.gov

CR-009383 3/09

